Mulţumim Părintelui Simeon Bruschweiller de la Mănăstirea "Sfântul Ioan Botezătorul" din Essex (Anglia) precum şi Editurii ***Le sel de la terre***, în special Domnului Maxime Egger, pentru amabilitatea cu care au încuviinţat traducerea şi publicarea acestei cărţi în limba română.

ARHIMANDRITUL ***SOFRONIE***

DIN VIAŢĂ ŞI DIN DUH

Tipărită cu binecuvântarea
Prea Sfinţitului **CALINIC**
Episcopul Argeşului

Traducere din franceză:
Prof. ***Ecaterina Volocaru***

Editura **Pelerinul**
Iaşi - 1997

Revizuită şi îndreptată de:
Protosinghelul ***Ioan Filaret***

Traducerea făcută după originalul
în limba franceză: **De vie et d'esprit**

Editura *Pelerinul* - Iaşi
ISBN: 973 - 97747 - 4 - 1

PREFAŢĂ

"Avem nevoie de ajutor, avem nevoie de povăţuitori după Dumnezeu", scria Dorotei de Gaza, în secolul al VI-lea.

De la începuturile creştinismului, oameni de categorii sociale diferite, dornici să-şi împlinească vocaţia originară, să-şi găsească calea inimii şi să urce "scara sfântă" care duce la Dumnezeu, au căutat "duhovnici" destoinici să-i îndrume pe "calea strâmtă" a mântuirii.

De-a lungul veacurilor, în căutarea unui sfat, a unei consolări sau a unei inspiraţii, bărbaţi şi femei au repetat această expresie scumpă Părinţilor deşertului: "Avva, spune-mi un cuvânt".

Dar al Duhului Sfânt, paternitatea spirituală este inima vie a Bisericii Ortodoxe. Lanţ de aur al tradiţiei, ea ne aminteşte că religia creştină nu este o religie a cărţii, ci o revelaţie a misterului persoanei.

Purtător al acestei revelaţii, Părintele Sofronie distinge, în învăţătura sa, două tipuri de cuvânt. Cuvântul care comunică şi cel care împărtăşeşte. Cuvântul care informează şi cel care inspiră. Cuvântul "psychique", eventual cu sens religios, şi cuvântul "pneumatique" purtător de Duhul Sfânt, al acestei Cincizecimi prelungite, care nu este alta decât tradiţia Bisericii nedespărţite, trupul lui Hristos.

Instrument al harului dumnezeiesc, cuvântul "pneumatique" este rar. Susţinut de o conştiinţă dogmatică, riguroasă, el nu este speculativ. În sens profund teologic, el nu

se naşte din cărţi sau dintr-o cunoaştere teoretică, ci din asceză şi rugăciune, din kenoză şi trăire în Dumnezeu.

Pentru a ne umple de Duhul Sfânt, Izvorul adevărului, trebuie să ne golim de patimi şi de propria noastră voinţă.

Pentru a dobândi o pace nesfârşită, trebuie să invocăm numele lui Iisus Hristos, *Care este mai presus de orice nume* (Filipeni 2, 9), să ne coborâm mintea în locul tainic al inimii unde ne vorbeşte Dumnezeu şi de unde putem comunica cu adevărat cu inima aproapelui.

Pentru a ne naşte din nou în lumina necreată care iradiază din Cuvântul întrupat, trebuie să străbatem întunecimile propriului nostru iad interior.

Icoane vii ale lui Hristos, purtători ai Duhului Sfânt Care sălăşluieşte în ei, părinţii duhovniceşti o dovedesc prin trăirea lor. Doar cel ce a murit lui însuşi şi a înviat în Hristos poate să dea naştere unui cuvânt care să trezească la viaţă şi la libertate în Duhul. Doar cel ce s-a cufundat în linişte, "limba veacului ce va să fie", după Sfântul Isaac Sirul, poate să dea naştere unui cuvânt care să fie ecoul cuvântului originar al Logosului creator. În sfârşit, doar cel ce a văzut lumina cea adevărată, care a devenit transparent prin energiile Sale, poate să facă simţită în jurul lui prezenţa lui Dumnezeu, prin prezenţa şi cuvântul său.

Părintele Sofronie a urmat de-a lungul celor 67 de ani de viaţă monahală, această cale, eminamente "kenotică". Născut în 1896, la Moscova, a fost preocupat, încă din tinereţe, de ultimele întrebări. Conflagraţia din 1914-1918, războiul civil din Rusia, îi descoperă caracterul tragic al existenţei umane. Inspirat de amintirea morţii, trăieşte experienţa zădărniciei umane, dar simte, în acelaşi timp, existenţa unei Fiinţe infinite. Împiedicat de revoluţia rusă în practicarea marii sale pasiuni, pictura, face o călătorie

în Europa şi soseşte la Paris, în 1922, unde expune curând în "Salon d'Automne" şi în "Salon des Tuileries". Aici îşi cunoaşte drumul său spre Damasc. Se deschide misterului lui Dumnezeu ca Absolut viu şi întrupat personal în Iisus Hristos. Atins de har, îşi dă seama de gravitatea păcatului său trecut şi prezent, de tot ceea ce îl desparte de Dumnezeu şi de sfinţenia la care este chemat omul.

Deznădejdea, oceanul de lacrimi, îl fac să trăiască al doilea botez: pocăinţa. Atunci când a simţit chinurile iadului, i-a apărut Dumnezeu în lumina Sa. Începe o nouă viaţă, trăită în rugăciunea şi dragostea lui Hristos. Se desparte de lume şi aceasta îl pierde. Pendularea între cercetările harului şi aducerea aminte de moarte tulbură munca lui de pictor.

După luni de luptă interioară, renunţă la artă şi hotărăşte să-şi închine viaţa lui Dumnezeu. Se înscrie la Institutul "Sfântul Serghie", care tocmai se deschisese. Dar studiile de teologie nu-l mulţumesc.

În 1925, Părintele Sofronie soseşte la Muntele Athos şi devine călugăr în mănăstirea rusă "Sfântul Pantelimon". Foarte repede, primeşte darul rugăciunii neîncetate. Dar cunoaşte, de asemenea, "durerea muritoare şi trăitoare" a pierderii harului. "Muritoare", pentru că dezvăluie deşertăciunea şi adâncimea păcatului său. "Trăitoare", pentru că durerea este izvorul unei pocăinţe care frânge inima, cheamă mila divină şi un har mult mai mare. Viaţa duhovnicească a părintelui Sofronie va fi "un drum de lacrimi", dusă între Grădina Ghetsimani şi Muntele Tabor, o peregrinare interioară între bucurie şi deznădejde, între părăsiri de către Dumnezeu şi cercetări ale Duhului Sfânt.

Dar, pentru Părintele Sofronie, Muntele Athos reprezintă, mai ales, momentul major şi decisiv al existenţei

sale, adevărat dar al providenței; întâlnirea cu fericitul "Stareț" Siluan. Acest ascet râvnitor, rus de origine, țăran, în care Thomas Merton vedea "călugărul cel mai autentic al secolului al XX-lea", primi nu numai darul de "a vedea" pe Hristos, ci și un cuvânt de mântuire pentru vremea noastră: **Tine-ți mintea ta în iad și nu deznădăjdui!**.

În această ființă smerită, care se ruga și plângea atât pentru lumea întreagă, cât și pentru sine, care trăia la cea mai înaltă stare dragostea pentru vrăjmași, Părintele Sofronie vedea chiar întruparea perfecțiunii ipostatice: un om după chipul lui Dumnezeu.

După moartea starețului său, în 1938, Părintele Sofronie se retrage în pustie. Scopul său: să pună la încercare fidelitatea dragostei sale pentru Dumnezeu. Devenit sihastru și părinte duhovnicesc al mai multor mănăstiri, gustă din libertatea nesfârșită a rugăciunii curate, de dincolo de moarte. Dar aude de asemenea strigătul lumii, în adâncul peșterii sale. Dumnezeu îi dă harul de a se ruga pentru Adamul întreg, de a participa în inima sa la durerile și atrocitățile umanității aflată în război.

În 1947, simțindu-se chemat la o nouă misiune, părăsește Muntele Athos și revine în Franța. În anul următor, publică scrierile "Starețului" Siluan și o prefață la învățăturile acestuia, care vor deveni un regulament al vieții ascetice în tradiția ortodoxă: *Starets Silouane, Moine du Mont Athos* (Ed. Présence). Câteva persoane de naționalități diferite, atrase de lumina spirituală care iradia din el, se adună în jurul său, la "Sainte-Genevieve-des-Bois", aproape de Paris. Grav bolnav, expus unor împrejurări nefavorabile, Părintele Sofronie, nu poate să se întoarcă la Muntele Athos. În 1959, însoțit de ucenicii săi, pleacă în Anglia, unde întemeiază Mănăstirea "Sfântul Ioan Botezătorul". După ce a fost cenobit și sihastru, iată-l "mărturisitor al Luminii" în mijlocul lumii. Regăsindu-și primele daruri, pictează icoane și scrie mai multe cărți, dintre care autobiografia sa spirituală: *Voir Dieu tel qu'Il est* (Ed. Labor et Fides).

Povățuitor iscusit, el face trecerea Ortodoxiei către Occident și a Occidentului către Ortodoxie. La mănăstire, Liturghia Sfântului Ioan Hrisostom este tradusă în limba engleză și oficiată în mai multe limbi. Rugăciunea lui Iisus se practică în mod comunitar și în intimitatea fiecăruia. În 1988, intuiția fundamentală a Părintelui Sofronie este confirmată și munca sa recompensată: "Starețul" Siluan este canonizat de Patriarhia de Constantinopol. În zilele noastre, Mănăstirea "Sfântul Ioan Botezătorul" numără 27 de călugări și călugărițe de 12 naționalități diferite. Loc de întâlnire a sute de pelerini din întreaga lume, ea este nu numai unul din principalele faruri care răspândesc lumina Ortodoxiei în Occident, ci una din cele mai puternice afirmații ale universalității sale.

În acești ultimi ani, apropiindu-se de sfârșitul vieții, Părintele Sofronie, a simțit nevoia de a transmite fiilor săi duhovnicești esența trăirii în Hristos. Săptămână după săptămână, a hrănit cu cuvântul său pe membrii obștii lui, a "inspirat" viața lor de zi cu zi, prin sfaturile și îndemnurile sale. Aforismele, inedite, regrupate în acest opuscul, sunt extrase din aproximativ patruzeci din aceste convorbiri. Fragmentare, aplative prin scris, aforismele nu redau decât incomplet bogăția învățăturii sale. Căci pentru a te împărtăși pe deplin din puterea energiei și a suflului divin care-i însuflețește cuvintele, trebuie să-l fi văzut pe Părintele Sofronie vorbind, privirea sa plină de bunătate, cu care își îmbrățișa frații și surorile în rugăciune.

Fragmentele alese, pe care le publicăm, nu sunt nici cugetări metafizice, nici reguli de viaţă, nici principii morale. Hrănit din cuvântul lui Dumnezeu şi din scrierile Sfinţilor Părinţi, cuvântul Părintelui Sofronie este, în adevăratul sens, evanghelic şi filocalic. Izvorât din lumină, el nu se adresează minţii raţionale, ci acestei "părţi delicate a sufletului", care este inima ascunsă a omului. Rod al Duhului Sfânt, el este sămânţă de viaţă în Duh. Tâşnit din chemarea numelui lui Iisus, el este rugăciune, îndemn la rugăciune. Insuflat de Dumnezeu, el călăuzeşte spre Dumnezeu. Cu putere multă, cuvântul este blând. Plin de dragoste, este întăritor. Total, el este eliberator. Cerut, ne alină. Universal, el vizează pe fiecare în ceea ce are unic. Tăios ca o spadă, el cheamă la metanoia, la schimbarea "inimii noastre împietrite" în "inimă de carne", la întoarcerea duhului, la redescoperirea interiorului nostru, a chipului lui Dumnezeu tăinuit în adâncurile sufletului nostru şi umbrit de toate falsele înfăţişări cu care se împodobeşte eul nostru.

Părintele Sofronie nu caută nici să convingă, nici să amăgească. Cuvântul său înduioşează sau nu. O sămânţă nu poate să prindă rădăcini şi să facă roade decât într-un pământ gata să o primească. Totul depinde de capacitatea noastră de a-l înţelege, de dorinţa noastră de a ne transforma, de voinţa noastră de a spune "da". Suntem gata să ne deschidem şi să ne supunem? Suntem liberi.

"Orice cuvânt poate fi contestat de un alt cuvânt, dar care este cuvântul care poate să conteste viaţa?", spunea Sfântul Grigorie Palama în secolul al XIV-lea.

Maxime Egger

AFORISME DUHOVNICEŞTI

Iubiţii mei fraţi şi surori, deschideţi-vă inima pentru ca Duhul Sfânt să întipărească acolo chipul lui Hristos. Atunci veţi fi, încetul cu încetul, vrednici să aveţi în voi bucuria şi întristarea, moartea şi învierea.

Lumea nu cunoaşte nimic mai nobil decât chemarea de a fi creştin. Dar cu cât scopul este mai înalt, cu atât realizarea lui este mai anevoioasă.

Contemplaţi minunatul tablou pe care ni-l dezvăluie Dumnezeu în creaţia cosmosului şi în plăsmuirea omului după chipul şi asemănarea Sa. Ceea ce căutăm noi nu se limitează la efemera viaţă cotidiană, ci să fim cu Dumnezeu şi să dobândim în noi viaţa în toată amploarea ei, cosmică şi divină.

În viziunea noastră spirituală, trebuie să unim fiinţa cosmică şi Fiinţa divină, creatul şi Necreatul.

La început era Cuvântul. Fără El nimic nu există din ceea ce este. În fiecare zi, simţim în trupul nostru experienţa chinuitoare a vieţii mizerabile. Cu toate acestea, suntem creaţi după chipul lui Hristos, al Ab-

solutului. Întrebarea, misterul vieţii noastre îl constituie trecerea de la relativ la Absolut. Dacă fiinţa umană a fost creată de Dumnezeu, ea nu trebuie să moară. Dumnezeu a creat viaţa, El n-a creat moartea. Scopul nostru este viaţa cu Hristos-Dumnezeu, nemurirea, veşnicia. După revelaţie, veşnicia lui Dumnezeu ne poate fi împărtăşită.

Pentru a imprima o mişcare perpetuă trupului nostru, aplecat spre nepăsare, trebuie să nădăjduim în Dumnezeu ca Persoană, adică la ceea ce este desăvârşit.

Cum să ne mântuim? Cum să ne curăţim trupul? Cum să ne eliberăm de robia păcatului şi de puterea morţii? Aceasta trebuie să fie preocuparea noastră de fiecare clipă, mereu mai accentuată, mai vie. Viaţa este atât de scurtă şi scopul atât de înalt, dar atât de îndepărtat.

Pentru Biserica Ortodoxă, mântuirea omului înseamnă îndumnezeirea lui.

Trebuie să învăţăm să trăim prin viaţa veşnică a lui Dumnezeu Însuşi. Ce înseamnă îndumnezeirea omului? Înseamnă să trăim aşa cum a trăit Domnul, să dobândim gândurile şi sentimentele lui Hristos, mai ales în ultimele momente ale vieţii Sale pământeşti.

După căderea în păcat, sufletul omului a devenit câmpul de luptă între Dumnezeu şi diavol.

Sămânţa pe care Satana a aruncat-o în inima şi în mintea lui Adam - ideea de a deveni dumnezeu fără

Dumnezeu - s-a înrădăcinat atât de adânc în fiinţa noastră, încât ne aflăm neîncetat în robia păcatului.

Chiar de la naştere, devenim moştenitorii lui Adam. Putem să trăim starea de cădere, care este o îndepărtare dureroasă de la dragostea Tatălui, ca singura realitate a fiinţei umane. În lume ne scăldăm în atmosfera şi în admiraţia păcatului. Trăim cu uşurinţă şi, foarte adesea, ne ruşinăm să ne mărturisim credinţa, să spunem că suntem creştini.

Să nu aveţi prea multă încredere în educaţia aleasă pe care aţi primit-o în lume. Civilizaţia în care trăim este o cultură a căderii.

După două războaie mondiale - şi războaiele sunt, prin excelenţă, consecinţa păcatului - lumea contemporană a pierdut harul Sfântului Duh. Or, nu putem înţelege divinitatea lui Hristos fără Sfântul Duh. A crede că Acest Om, Care este cu adevărat Om, este Creatorul cosmosului, ne depăşeşte. A crede că Însuşi Dumnezeu S-a întrupat, că ne-a chemat să fim cu El în veşnicie, iată ceea ce lipseşte multor oameni de azi, mai ales printre cei de ştiinţă.

Ce este mântuirea? Moartea trupului nostru, este ea condiţia trecerii în Împărăţia lui Hristos? Cum putem să întărim în noi voinţa de a trăi după poruncile lui Hristos, după Sfântul Duh?

Un singur lucru este important: să păstrăm intensitatea rugăciunii şi a pocăinţei. Atunci moartea nu va fi o piedică, ci o trecere spre Împărăţia pentru care

vom fi pregătiți prin împărtășirea cu Trupul și Sângele lui Hristos, prin rugăciune și chemarea numelui Său: „Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-ne pe noi și lumea Ta".

„Aștept învierea morților și viața veacului ce va să fie". Ce semnifică această ultimă frază din Simbolul de credință? Nu putem accepta ideea veșniciei decât dacă aceasta pătrunde deja în viața noastră.

Dumnezeu n-a creat moartea. Dacă Dumnezeu, cum o spune Hristos, este Dumnezeul lui Avraam, al lui Isaac și al lui Iacob, înseamnă că aceștia nu sunt morți. Pentru Dumnezeu, toți sunt vii.

Acedia, în sens etimologic, înseamnă „lipsă de grijă pentru mântuire". Întreaga umanitate, cu rare excepții, trăiește în starea de acedie. Oamenii au devenit indiferenți față de mântuirea lor. Ei nu caută viața în Dumnezeu, ci se mărginesc la formele de viață trupească, la nevoile zilnice, la plăcerile lumii și la faptele de rutină. Cu toate acestea, Dumnezeu ne-a creat din nimic, după chipul Absolutului și asemănarea Sa. Dacă această revelație este adevărată, absența grijii pentru mântuire nu este altceva decât moartea sufletului.

Deznădejdea este pierderea conștiinței că Dumnezeu dorește să ne dăruiască viața veșnică. Lumea trăiește în deznădejde. Oamenii s-au condamnat la moarte ei înșiși. Trebuie să luptăm „corp la corp" împotriva acediei.

Viața lumii se desfășoară în jurul unor plăceri omenești, iar viața duhovnicească este neglijată. Trebuie să inversăm această stare de lucruri, să punem viața duhovnicească în centrul vieții noastre.

Înțelepciunea lumii nu poate să salveze umanitatea. Parlamentele, guvernele, organizațiile complexe ale statelor contemporane celor mai avansate sunt neputincioase. Umanitatea suferă neîncetat. Singura ieșire este de a găsi în noi înțelepciunea, hotărârea de a nu mai trăi după principiile acestei lumi, ci de a urma pe Hristos.

Cum putem să ne aflăm calea? După Evanghelie, Hristos este calea noastră.

Important este să avem conștiința că Hristos este Dumnezeu. Cel ce Îl iubește va fi veșnic aproape de El, acolo unde este.

Unde este sufletul nostru? Trebuie să ni-l închipuim pe Dumnezeu ca Om dacă vrem să fim cu Hristos, cu Logosul divin în care Tatăl a revărsat tot ceea ce este din veșnicie. Dacă Îl considerăm ca Dumnezeu, este un Dumnezeu desăvârșit. Dacă Îl vedem ca om, este un Om desăvârșit. Înțelepciunea, smerenia, viața, lumina cea veșnică, totul există în El.

În viața noastră fiecare pas este cu neputință de despărțit de dogmele fundamentale ale credinței noastre.

Aşa cum Hristos în Grădina Ghetsimani şi pe Golgota trăia cu gândul la Dumnezeu Tatăl, tot astfel trebuie să trăim şi noi, în fiecare clipă, cu gândul la Dumnezeu, dar mai degrabă prin Hristos decât prin Tatăl, căci prin Fiul ajungem la Tatăl. Prin trăire, viaţa devine hristocentrică.

Singurul lucru care ne atrage este Persoana lui Hristos. Trebuie să trăim în Hristos ca măsura divină şi umană a tuturor lucrurilor. În Hristos Îl avem pe Dumnezeu, Creatorul nostru. În Hristos avem modelul, revelaţia planului lui Dumnezeu cu omul. Dragostea lui Hristos trebuie să umple de-a pururi inima noastră. Nu trăim în Hristos prin gândire abstractă. Dumnezeu Se dezvăluie în noi prin împlinirea poruncilor Sale. Îl trăim pe Hristos ca pe propria noastră viaţă, nu ca pe cineva pe care l-am cunoaşte numai formal.

Hristos a spus: *Eu sunt Calea.* Dacă El este Calea, nu trebuie să-L urmăm formal, din exterior, ci prin trăire interioară. Să ne aducem aminte că pe Golgota şi în Ghetsimani, El se lupta împotriva tuturor. Singur.

Uneori, când dragostea lui Hristos ne pătrunde, simţim veşnicia. Aceasta nu poate fi înţeleasă pe cale raţională. Dumnezeu acţionează într-un fel propriu, care scapă puterii noastre de percepţie. Nu trebuie să fim prea raţionali în viaţa creştină.

Sunt semne exterioare care ne ajută să apreciem la ce distanţă ne aflăm de Hristos. Urmăm noi cuvântul evanghelic? Am atins desăvârşirea, adică dragostea

pentru întreaga lume, fără deosebire între prieteni şi duşmani?

Nu există deosebire între poruncile lui Hristos şi viaţa lui Dumnezeu Însuşi.

Rămânând în poruncile Lui, devenim asemenea lui Hristos.

Cum să petrecem o zi fără de păcat, adică în sfinţenie? Iată o întrebare cu adevărat grea. Cum să ne schimbăm fiinţa, gândurile, sentimentele şi chiar atitudinile pentru a nu mai păcătui împotriva Tatălui ceresc, a lui Hristos, a Duhului Sfânt, a oamenilor, a fratelui nostru şi a tot ceea ce este viu?

„Învredniceşte-ne, Doamne, în ziua aceasta fără de păcat să ne păzim noi". V-am amintit adeseori această rugăciune a Bisericii. Viaţa fără de păcat pe pământ ne deschide porţile cerurilor. Nu bogăţia minţii ne salvează sufletul, ci viaţa fără de păcat ne pregăteşte să trăim cu Dumnezeu în veacul ce va să fie. Harul Duhului Sfânt ne învaţă adevărurile veşnice atât cât trăim după aceste porunci: *iubeşte pe Dumnezeu din toată fiinţa ta şi pe aproapele tău ca pe tine însuţi*! Da, să păziţi mereu aceste porunci!

Stăruiţi în rugăciune, în nevoinţă, petreceţi o zi fără de păcat. Toate celelalte vă vor fi date de Dumnezeu.

„Pentru a păstra Harul Duhului Sfânt, trebuie să nu primim nici un gând care nu-i place lui Dumnezeu", ne spune „Stareţul" Siluan. Iată nevoinţa noastră. Iată

cultura noastră. Când este vorba de mântuire, această luptă cu gândurile nu se sfârşeşte decât la moarte. Începe şi reîncepe fără încetare.

Nu putem să dobândim în noi chipul lui Hristos decât dacă suntem cu adevărat uniţi, cum le cerea Hristos ucenicilor Săi: *Iubiţi-vă unii pe alţii, pentru ca lumea să cunoască că sunteţi ai lui Hristos* (Ioan 15, 12).

„Pentru mine, viaţa celorlalţi preţuieşte mai mult decât propria-mi viaţă". Nu vor mai exista între voi neînţelegeri când veţi fi înţeles aceasta. Dezlegarea unei probleme sau a unei neînţelegeri nu ţine de nici o organizaţie, de nici un anumit mod de conduită, ci de hotărârea de a suporta totul. Fiecare dintre noi trebuie să aibă pentru ceilalţi o inimă de mamă.

Trebuie să fim foarte sensibili la nevoile altora. Atunci vom fi una şi binecuvântarea lui Dumnezeu va fi din belşug cu noi.

Trebuie să avem conştiinţa lui Hristos, Care poartă în Sine lumea întreagă; în aceasta constă universalitatea fiinţei umane. Cuvântul lui Hristos nu trece, este veşnic.

Dacă, aşa cum mărturisim în Crez, Hristos este Dumnezeu adevărat, Mântuitorul lumii, Creatorul ei, *prin Care toate s-au făcut*, cum putem să ne reducem credinţa pe care o avem la o problemă de naţionalitate, de loc, de epocă ...?

Eu nu cunosc nici un Hristos grec, rus, englez, arab... Hristos, pentru mine, este totul. Fiinţa mai presus de cosmos.

Se spune adesea în Sfânta Scriptură că Hristos a murit pentru lumea întreagă, pentru păcatele ei. Din moment ce limităm Persoana lui Hristos, din moment ce Îl coborâm în planul naţionalităţilor, pierdem totul şi cădem în infern. Atunci drumul este deschis urii între naţiuni, neînţelegerii între clasele sociale.

Citiţi pe Sfântul Siluan. În lume, pentru el, fiecare îşi are rolul său: unul este rege, altul patriarh, profesor sau muncitor. N-are importanţă. Între a fi rege sau muncitor, nu este nici o deosebire pentru Sfântul Siluan. Pentru că acela care Îl iubeşte pe Hristos, care trăieşte şi poartă în sine „simţămintele care erau în Iisus Hristos", suferă şi se roagă pentru lumea întreagă. Iată adevăratul creştinism.

Hristos este Dumnezeul infinit. El n-a fost răstignit numai pentru credincioşi, ci pentru toţi oamenii, de la Adam până la ultimul om născut din femeie. A urma pe Hristos înseamnă a suferi pentru a vindeca şi a mântui întreaga umanitate. Nu există altă cale.

A iubi pe aproapele nostru ca pe noi înşine, a trăi după poruncile lui Hristos ne va conduce în Grădina Ghetsimani, unde Hristos se ruga pentru lumea întreagă.

Iubeşte pe aproapele tău ca pe tine însuţi. Mi-a fost dat să înţeleg această poruncă sub forma unui

arbore cosmic, gigantic, a cărui rădăcină este Adam. Eu nu sunt decât o frunzuliță pe una din ramurile acestui arbore. Dar acest arbore nu-mi este străin; este temelia mea. Îi aparțin. A te ruga pentru lumea întreagă, înseamnă a te ruga pentru acest arbore în totalitatea lui, cu miliardele sale de frunze.

Să-L urmezi pe Hristos înseamnă să te deschizi conștiinței Lui, Care poartă în El întreaga lume, arborele în totalitatea sa fără a omite vreo frunză. Dacă vom dobândi această conștiință, ne vom ruga pentru toți ca pentru noi înșine.

Dacă Hristos ia chip în noi, devenim purtători ai lui Dumnezeu și ai întregii umanități, iar **eul** nostru va fi chipul Absolutului. La dimensiuni reduse, poate deveni, într-adevăr, chipul Absolutului.

În mod personal ne plângem păcatele, dar patimile noastre sunt tot aceleași care stăpânesc lumea. Astfel, ceea ce trăim nu este diferit de viața cosmică. Puțin câte puțin, în mod natural, începem să trăim starea noastră ca o oglindire a stării umanității întregi. Începem să ne trăim viața într-un libertinaj general, sub privirile lui Dumnezeu. Prin pocăința noastră, nu trăim doar o dramă personală, ci trăim în noi înșine tragedia umanității întregi, drama istoriei sale de la începutul veacurilor.

În Hristos, conștiința se eliberează, viața noastră devine nelimitată. În *porunca iubește pe aproapele tău ca pe tine însuți*, trebuie să înțelegem *ca pe tine însuți*

în felul următor: în orice om, în întregul Adam, mă recunosc pe mine.

„Împărăția lui Dumnezeu, scrie Sfântul Siluan, înseamnă a purta în inima noastră universul întreg și pe Însuși Dumnezeu, Creatorul lui".

Când vă rugați, rugați-vă pentru toți și pentru fiecare în parte. Și adăugați: „Pentru rugăciunile lor, miluiește-mă și pe mine". Astfel, în mod treptat, conștiința voastră se va elibera de patimi.

Iubiți pe vrăjmașii voștri. Da, este greu. Da, este dureros. Dar frumusețea morală a lui Hristos ne aduce în acea stare în care suntem gata să suportăm toate încercările, cu condiția să fim înălțați în Duhul Său. Nu avem altceva de ales.

Hristos și-a dat viața divină celor creați după chipul Său, dar, ca răspuns, n-a primit decât ura. Astăzi, după două milenii de viață creștină, ce vedem? Lumea contemporană se îndepărtează din ce în ce mai mult de Hristos, de viața veșnică. Întunecimile adânci ale patimilor păcătoase, ura, stăpânirea, războaiele de orice fel, formează existența noastră pământească. În aceste condiții, Hristos dăruiește, celor care se hotărăsc să-I urmeze, această poruncă: *Iubiți pe vrăjmașii voștri!* De ce se teme lumea de un astfel de Dumnezeu? Putem să găsim un principiu mai bun decât acesta: *binecuvântați pe cei ce vă blestemă, iubiți pe vrăjmașii voștri*?

Nu putem iubi fără să suferim. Cea mai mare durere este să iubim până la sfârşit. Hristos atât de mult a iubit lumea, încât S-a dat morţii pe cruce. La fel şi sfinţii. Câştigăm Raiul sau îl pierdem şi ajungem în iad, în măsura în care acceptăm sau refuzăm crucea rânduită de Hristos. Rugăciunea pentru lume este rodul unei suferinţe extrem de adânci şi vii.

Să-L urmăm pe Hristos urcând pe Golgota. Această înălţare nu este alta decât lupta dusă de Hristos, în dragostea Lui pentru lumea întreagă. Când lupta se dă numai pe un singur plan, al lumii şi al patimilor, oamenii slăbesc, se epuizează şi îmbătrânesc foarte repede. În schimb, când suferinţele ne vin din lupta împotriva patimilor, în Duhul lui Hristos, oamenii renasc.

Nimic nu este mai dureros în această lume, decât a te lupta să dobândeşti dragostea lui Hristos. Este o luptă de dimensiuni cosmice.

Cum să ne îndreptăm spre Dumnezeu? Când tindem spre acest scop unic, totul devine izvor de suferinţă, de dureri. Dar să ne ducem crucea în tăcere.

Acesta este paradoxul vieţii creştine: să alegem suferinţa lui Hristos pentru lume, încât să avem sentimentul că suntem mai apropiaţi de El şi de viaţa veşnică.

Când ne hotărâm să-L urmăm pe Hristos, fiecare zi din viaţa noastră devine o zi de suferinţă, de lacrimi, de dureri. Uneori, apare această întrebare: „Doamne, de ce ne-ai creat astfel, încât să suferim atâtea dureri?".

Nu reuşim să înţelegem că această suferinţă este calea mântuirii.

Pentru om, viaţa pe pământ este o suferinţă continuă. De ce o suportăm? Pentru că Hristos S-a întrupat şi a trăit cu noi. Şi acum Îl cunoaştem Personal.

Suntem *creaţi după chipul şi asemănarea lui Dumnezeu*. Când raportăm realitatea vieţii zilnice la această revelaţie divină, cădem în deznădejde. De ce este atât de greu să trăim creştineşte aici şi acum? Pentru că este vorba de viaţa divină şi veşnică. Pentru noi, care suntem creaţi din nimic, ce relaţie este între nimicnicia noastră, sărăcia noastră şi această aspiraţie atât de înaltă, infinită?

Uneori, lupta pentru mântuire poate să fie foarte simplă şi uşoară; alteori foarte grea, supraomenească.

Cu siguranţă, este mai bine să nu păcătuim. Dar dacă pocăinţa arde ca o flacără, poate să refacă o viaţă trăită în păcate.

Trebuie să păstrăm duhul pocăinţei toată viaţa noastră, până la sfârşitul ei. Pocăinţa este temelia întregii vieţi ascetice şi duhovniceşti. Simţirea, intuirea prezenţei păcatului pot să devină atât de intense în noi, încât să dea naştere unei adevărate pocăinţe.

Putem să plângem ore în şir, săptămâni, ani de-a rândul până ce fiinţa noastră este refăcută în întregime prin cuvântul lui Hristos, prin împlinirea poruncilor Lui, şi, mai ales, prin harul Duhului Sfânt. Această

transformare a ființei noastre, după căderea în păcat a lui Adam, cere multă nevoință și mult timp.

Pocăința nu are limite pe pământ, pentru că încetarea ei ar însemna că am devenit întru toate asemenea lui Hristos. Cea mai mică îndepărtare a noastră de Hristos implică o pocăință profundă. „Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-ne pe noi". Această rugăciune arată depărtarea pe care o simțim între Hristos, Ființa absolută și noi înșine. „Dacă nu vom fi cu adevărat asemenea Domnului, cum vom putea trăi cu El în veșnicie?", se întreabă Sfântul Simeon Noul Teolog. Pentru El, ca și pentru noi, este imposibil. Nu ne rămâne decât răbdarea.

Singuri, oamenii nu pot să înțeleagă când păcătuiesc sau nu. Dar Domnul Iisus și Duhul Sfânt le-o descoperă. În Rai, când Domnul Dumnezeu a vorbit cu Adam, acesta a refuzat să fie învinovățit: *Femeia care mi-ai dat-o să fie cu mine, aceea mi-a dat din pom și am mâncat* (Facere 3, 12). Să ne străduim să nu-L învinuim pe Dumnezeu.

În lucrurile mărunte, în faptele simple, să încercăm a avea următoarea atitudine interioară: „refuz voința sângelui meu căzut și vreau ca în venele mele să curgă viața lui Dumnezeu".

Dacă Dumnezeu există, recunosc că toate patimile se nasc din mine, nu din El. Dacă voi păstra această atitudine, Dumnezeu îmi va da duhul pocăinței.

Când Îl vedem pe Hristos așa cum este, începem să ne vedem pe noi înșine, să ne dăm seama cât de mari păcătoși și vrednici de plâns suntem și să ne tânguim. Dragostea pentru lumea întreagă se naște pe măsura tânguirilor noastre. Despărțirile încetează și devenim una în Hristos.

Doar lumina divină, atunci când strălucește în noi, ne permite să ne vedem păcatele. Prin rugăciune, puțin câte puțin, inima noastră începe să înțeleagă influențele duhurilor care umplu văzduhul. În loc să înaintăm duhovnicește, vedem cu o finețe mereu crescândă patimile care ne stăpânesc. În mod paradoxal, acest sentiment de regres duhovnicesc este un progres. Chiar dacă nu am văzut încă lumina necreată a Duhului Sfânt, datorită prezenței ei, ne vedem păcatele.

Nu putem ajunge la rugăciunea curată decât prin pocăință. Pocăindu-ne, adică curățindu-ne de orice patimă, devenim treptat capabili să intrăm în lumina divină.

Calea care duce la cunoașterea lui Dumnezeu trece, înainte de toate, prin credință, iubire față de Hristos și pocăință.

Dumnezeu să vă dăruiască tuturor duhul pocăinței. Plângeți-vă păcatele, plângeți, pentru ca inima voastră să nu se împietrească!

Lucrul cel mai important este să ne păstrăm mereu sentimentul nimicniciei noastre față de Dumnezeu. Atunci simțim o tensiune permanentă între învinovățirea noastră și dragostea lui Hristos, între pocăință și

nădejde în mila lui Dumnezeu. Pe de o parte suferim că suntem atât de departe de Dumnezeu pe Care Îl iubim, pe de alta, această suferință și această dragoste acționează asupra noastră ca un foc interior și ne împing cu putere spre Dumnezeu. Această tensiune și-a găsit expresia cea mai vie în cuvântul lui Hristos adresat „Starețului" Siluan: **Ține mintea ta în iad și nu deznădăjdui**. Acest cuvânt poate stârni fiori, panică, teamă, dar nu trebuie să ne copleșească. El constituie principiul fundamental al vieții noastre în Hristos.

Cum ne putem afla permanent în „focul" iadului și al patimilor și să primim în același timp, de la Duhul Sfânt, arvuna mântuirii? Starea interioară a lui Hristos pe Golgota ne luminează acest lucru. Mai întâi îi spune tâlharului: *Astăzi, vei fi cu Mine în Rai.* Apoi strigă: *Pentru ce M-ai părăsit?*. Aceste două momente nu fac decât unul. Sub multiplele sale manifestări, starea sufletească a lui Hristos pe Golgota este mereu prezentă în om și schimbă chiar sensul vieții lui. *Bucurați-vă cu cei ce se bucură, plângeți cu cei ce plâng*, spune Apostolul Pavel. Pentru noi, aceste cuvinte sunt de neînțeles.

Nu trebuie să pretindem că putem repeta experiența Sfinților Siluan, Isaac Sirul, Simeon Noul Teolog, Grigorie Palama sau Serafim de Sarov. În viața duhovnicească nu există aceeași repetare de viață, exactă, identică, ci una analogă în duh, în starea pe care o presupune expresia: **Ține mintea ta în iad și nu deznădăjdui**.

Niciodată nu trebuie să ne comparăm cu nimeni. Fiecare dintre noi, oricât de neînsemnat ar fi, este mare înaintea Celui veșnic; Dumnezeu stabilește cu fiecare ființă umană o relație unică de prietenie.

De ce urmările neascultării lui Adam sunt atât de grave? De ce, în lumea aceasta, viața duhovnicească în Hristos ia forma tragică a unei lupte corp la corp cu moartea? De ce creația lui Dumnezeu este legată de moarte, de această luptă plină de suferințe? De ce creația nu duce în mod armonios la desăvârșirea ființei umane ca chip a lui Dumnezeu? De ce trebuie să lupt eu împotriva lucrurilor care mă ucid fără să am putere asupra lor? Nu înțeleg! În măsura în care Hristos și Duhul Sfânt sunt, pentru mine, soluția tuturor problemelor care mă depășesc, trăiesc în nepăsare față de multe lucruri. Hristos este temelia vieții mele. Felul Său de a se comporta mă atrage. Nu înțeleg ce a spus, dar ceea ce a spus îmi este suficient. Voi înțelege când voi pleca din această lume în viața de dincolo.

De ce amintirea Grădinii Ghetsimani și a Golgotei sunt necesare pentru mântuire? Lupta lui Hristos cu lumea este cu totul neînțeleasă.

Când vedem suferințele a milioane de oameni, nu putem să rămânem nepăsători. Cum putem să-i ajutăm? Din punct de vedere creștinesc, această tragedie de pe pământ este urmarea neascultării. Adam a râvnit la îndumnezeire, la viața veșnică, rupând legătura cu Tatăl și Creatorul său. Hristos-Omul, primul în istoria lumii, S-a suit pe Golgota; a ales moartea pe cruce pentru a dezlega acest blestem. A te hotărî să-L urmezi înseam-

nă a te expune la suferință. Este inevitabil! În măsura în care suntem, de la crearea lumii, un mădular din imensul trup al umanității, însuflețiți de viața cosmică ce ne străbate, trăim tragedia umanității ca pe propria noastră nenorocire.

Când citim Sfânta Evanghelie, rămânem impresionați de reacțiile lui Hristos față de ceea ce se petrece în jurul Său. Atunci când Iuda merge să-L trădeze, Iisus îi spune: *Astăzi, Fiul Omului S-a preamărit*. La fiecare Liturghie, noi prăznuim acel moment și îl repetăm în conștiința noastră. Dacă o putere vrăjmașă vrea să ne ucidă, vom fi noi înșine în stare să spunem: Astăzi eu m-am slăvit și Dumnezeu S-a preamărit prin mine? Cunoașteți toți această istorie; ea este însăși sensul vieții noastre de fiecare zi.

Sunt multe aspecte foarte subtile și interesante în viața duhovnicească. Dar nu le vom cunoaște dacă ne vom opri la nevoințe exterioare. Pentru a ne schimba viața este necesară o asceză, să ne învățăm a ne muta mintea de la lucrurile trecătoare și pătimașe către Dumnezeu. Astfel, viața noastră poate să devină foarte interesantă, chiar dacă este mereu legată de un efort dureros. Nu trebuie să încercăm să evităm această suferință. Să o trăim! Căci prin ea se exprimă dorința noastră de a-L urma pe Hristos.

Este foarte greu să exprimăm ceea ce vor să spună cuvintele *luați-vă crucea și urmați-Mă*. Când ne hotărâm să-L urmăm pe Hristos, trebuie să ne gândim că este vorba de iubirea Tatălui, a Fiului și a Duhului Sfânt în această lume suferindă.

Dacă n-ar fi înviere, creștinii ar fi cei mai de plâns din lume, spune Sfântul Apostol Pavel. De ce? Pentru că, în această lume, iubirea lui Hristos este întotdeauna răstignită. Viața noastră va fi o suferință continuă, până când întreaga lume va fi mântuită.

Devenim creștini pentru *că Dumnezeu este iubire* și nu pentru că aceasta ne ajută să ne facem o carieră pământească. În viața creștină nu suntem fericiți decât datorită lui Hristos, Care ne încredințează prin conștiință că El este Adevărul, și nu pentru alt motiv.

Într-o zi, un pelerin aflat în Muntele Athos a pus această întrebare mai multor stareți: „Ce este cel mai important în viața noastră?". De fiecare dată i s-a răspuns: „Dragostea divină; să iubim pe Dumnezeu și pe aproapele nostru". El a spus: „N-am dragoste nici pentru rugăciune, nici pentru Dumnezeu, nici pentru semeni. Ce să fac?". Apoi, în sinea lui, a hotărât: „Voi trăi în așa fel ca și cum aș avea această dragoste". Treizeci de ani mai târziu, Duhul Sfânt i-a dăruit darul iubirii.

În mod inevitabil, vor fi ore, săptămâni, ani în șir, în care vom trăi fără să simțim lucrarea Duhului Sfânt în noi. Sunt perioade importante în care ni se oferă prilejul să ne mărturisim statornicia dragostei noastre pentru Hristos.

Chiar dacă nu percepem lucrarea harului, trebuie să trăim ca și cum Duhul Sfânt ar fi în noi. „Starețul" Siluan gândea că dacă păzim cu fidelitate poruncile lui Dumnezeu, va veni timpul când harul se va face cunoscut și va rămâne mereu în noi. Este inutil să

ne grăbim. Unii părinți de la Muntele Athos n-au primit harul şi nu L-au cunoscut pe Dumnezeu decât abia după patruzeci de ani de nevoințe şi, uneori chiar mai mult, tocmai înaintea sfârşitului lor.

La început harul ne învață, provoacă în noi stări asemănătoare cu duhul poruncilor Evangheliei. Totul este uşor. Întotdeauna cu noi, Duhul Sfânt ne face să fim binevoitori față de semeni. Este o atitudine normală, naturală. Dar această stare nu durează mult. Într-o zi, pe nesimțite, harul ne va părăsi sub această formă tangibilă. Începe o a doua perioadă dificilă cu această întrebare: „Cum să trăim fără har?". Trebuie să continuăm să acționăm ca şi cum Duhul Sfânt ar fi cu noi, să încercăm să păstrăm aceeaşi stare sufletească în care, prin har, am dobândit anumite atitudini față de fratele şi de sora noastră. Trebuie să ne silim. Acelaşi lucru este cu rugăciunea. La început, este ca o stare naturală. Ne rugăm cu uşurință; rugăciunea țâşneşte din inimă. Când Duhul Sfânt ne părăseşte, trebuie să ne silim să ne rugăm ca înainte, când aveam harul: din toată ființa, din toată inima, cu toată mintea şi chiar cu tot trupul nostru.

Când, în duh, mergem spre Ființa absolută, această cale ne pare infinită. Dumnezeu este ca steaua polară. Cum putem fi luminați de această Stea care pare să fie la mii de ani lumină? Şi deodată vom descoperi că acest drum foarte lung poate să fie scurtat, că Dumnezeu se află foarte aproape de noi şi spune: „O, inimi fără minte şi uşuratici în a înțelege şi a crede!".

Cum să trăim pentru a scăpa de înşelare? Nu trebuie să credem că participăm la suferințele lui Hristos când, în starea de durere a ființei noastre - duh, minte, inimă şi trup - suferim pentru a nu mai face păcate. Dumnezeu singur, în judecata Sa, poate să considere suferințele noastre ca o participare la kenoza Unicului Său Fiu. Calea noastră este aceea de a ne smeri, de a ne supune permanent; doar Dumnezeu poate să ne înalțe şi să ne preamărească.

Fiind creştin nu poți să trăieşti fără inspirație. Dacă un artist adevărat trăieşte zi şi noapte prin imaginile operei sale, atunci noi, fiind creştini, trebuie să fim cu mult mai atenți. Trebuie să depăşim eforturile artiştilor pentru a trăi după duhul Evangheliei.

Acum, cel mai important este ca Dumnezeu să vă inspire lupta voastră pentru mântuire. Când inspirația a fost dată, toată viața se umple de lumină şi de bucurie. Nu se mai remarcă amănuntele.

Nu putem să ne îndumnezeim prin propria noastră asceză. Îndumnezeirea are loc prin sălăşluirea lui Dumnezeu în noi şi nu datorită propriilor noastre capacități. Imaginația constituie în acest caz un mare pericol. Trebuie să fim foarte atenți şi să nu ne închipuim că atingerea acestui scop stă în puterea noastră. În schimb, pentru Dumnezeu totul este posibil. Duhul Sfânt poate să ne cerceteze chiar atunci când suntem cufundați în somn şi suntem cei mai slabi, neputincioşi.

Scopul cel mai înalt al omului - a deveni purtător al Duhului Sfânt, fără început şi fără sfârşit - presupune o libertate totală. Or, viaţa de fiecare zi ne arată că prin lipsa de cunoaştere şi de înţelegere, lumea trăieşte o tragedie fără de sfârşit. Oameni ignoranţi de Dumnezeu conduc lumea şi acţionează cu autoritate; milioane de oameni suferă datorită situaţiei lor absurde şi fără ieşire. În acest sens, oamenii ar trebui lipsiţi de libertate. Într-adevăr, darul divin al libertăţii este nedespărţit de cunoaşterea lui Dumnezeu; or, noi zacem în întunericul necunoştinţei. Totuşi, Biserica continuă să predice necesitatea acestei libertăţi absolute. Căci dacă suntem lipsiţi într-un fel sau altul de această libertate, nu existăm. Noi nu putem să spunem ca Iisus Hristos: **Eu sunt**.

Dostoievski spunea: „Totul îmi este îngăduit". În sens duhovnicesc, această expresie este, în întregime, adevărată, dar nu în realitatea în care trăim. Unde se înşeală Dostoievski, dacă se înşeală? În opera sa nu citează pe Sfântul Apostol Pavel care spune: *Totul îmi este îngăduit, dar nu totul îmi este de folos. Totul îmi este îngăduit, dar nu trebuie să fiu stăpânit de nimic.* Avem această libertate, această putere în noi? Cu siguranţă, nu. Astfel, suntem lipsiţi de capacitatea de a trăi după acest dar al libertăţii divine. Ce să facem? Să-L părăsim pe Hristos, să alegem calea lată a lumii? Poate, dar atunci vom trăi şi vom muri cu nepăsare; viaţa îşi va pierde sensul.

Cum să găsim o cale de salvare în viaţa noastră de fiecare zi? Cum să ne lucrăm mântuirea? Nu existăm fără darul divin al libertăţii, dar această libertate ne depăşeşte. Este necesară, dar nu putem să o înţelegem, nici să o dobândim în noi. Cum să trăim? Asceza ortodoxă ne dă un răspuns. Prin ea începem să trăim cu conştiinţa limitelor noastre şi în frica de Dumnezeu.

Pentru a nu pierde binecuvântarea pe care v-a dat-o Dumnezeu, luptaţi pentru a păstra fiecare gând care vă inspiră şi alungaţi orice gând care vă ucide sufletul.

Cum să ne curăţim firea de orice urmă a păcatului strămoşesc? Acesta este sensul vieţii ascetice. În afara ei, nu este mântuire.

Multe duhuri sunt mai puternice decât noi. Dar dacă suntem cu Hristos, vom ajunge să le biruim.

Manifestările exterioare ale ascezei, ca ţinerea posturilor, nu sunt suficiente. Trebuie să renaştem chiar din interiorul nostru.

Cum să nu ne temem de Postul Mare? La începutul şederii mele în Muntele Athos, Postul Mare era pentru mine o mare sărbătoare: mă pregăteam pentru a primi revelaţia învierii noastre. Dacă însoţim această abstinenţă de hrană cu o rugăciune inspirată, în duh, nu numai trupul nostru va suporta această perioadă cu uşurinţă, ci chiar multe boli vor fi tămăduite.

Cei care sunt sănătoşi prin firea lor şi care pot să se lipsească de hrană timp de câteva săptămâni, ajung la o stare de fericire. Patimile li s-au liniştit. Un

sentiment viu de pace şi de prezenţă a lui Dumnezeu însoţeşte rugăciunea. Este o nenorocire ca astăzi să fim adesea lipsiţi de această putere de răbdare în nevoinţă.

Astăzi este imposibil să impunem în totalitate rânduielile Bisericii. Pentru că sunteţi atât de diferiţi unii de alţii; fixaţi-vă fiecare o măsură a postului.

Dezavantajul rânduielilor canonice este acela că liniştesc conştiinţa acelora care pot să le păzească şi le dau sentimentul că sunt mântuiţi. Aceasta este o gândire foarte naivă. Fariseii, asceţii, rabinii Vechiului Testament posteau de asemenea şi ei, dar aceasta nu era suficient. Hristos a spus: *Dacă nu întreceţi virtuţile fariseilor, nu veţi putea să vă mântuiţi.*

Sfântul Pavel, acest mare geniu pe care ni l-a dat pronia divină, afirmă că nici o lege nu a dus vreodată pe nimeni la mântuire. Acestea fiind spuse, regulile Bisericii pot să fie, pentru început, un ajutor. Într-adevăr, dacă de la început suntem lăsaţi liberi, de capul nostru, putem să ne pierdem.

Omul care a reuşit să se ridice deasupra oricărei legi a atins starea de îndumnezeire, adică mântuirea. Este mult mai important să fii conştient şi responsabil de fiecare mişcare a inimii şi a minţii, decât de a avea o regulă.

Este mult mai greu să dobândeşti o anumită putere de discernământ, decât de a-ţi fixa reguli.

În viaţa de fiecare zi, este foarte important să ne concentrăm mereu atenţia asupra poruncilor date de Dumnezeu, asupra a ceea ce trebuie să facem şi cum să facem. Totuşi, nu putem să ne eliberăm cu totul de gândurile murdare; nimeni, nici chiar cei mai desăvârşiţi, nu pot. Indiferent de starea atinsă, desăvârşirea nu împiedică niciodată ca sufletul să fie tulburat. Având experienţa vieţii duhovniceşti, constatăm că ceea ce ne tulbura mai înainte devine, pur şi simplu, mai uşor de învins.

În pustiu, Hristos se împotriveşte ispitelor diavolului printr-un refuz categoric, formulând chiar bazele teologice ale răspunsului Său. Este o lecţie pentru noi. De fiecare dată când avem un gând urât, trebuie să-l respingem imediat, să refuzăm a intra în dialog cu el. Dar această stare nu poate fi dobândită decât printr-o foarte îndelungată asceză, prin lucrarea harului în noi.

Ce înseamnă a ne lucra mântuirea? Din tot ceea ce observăm în existenţa cosmică, să alegem ceea ce este plăcut lui Dumnezeu şi să ne despărţim de ceea ce este contrar voii Lui. Atunci, câte puţin, vom vedea cum viaţa noastră se va schimba. Dar să fim răbdători! Cu siguranţă, Dumnezeu poate să ne cerceteze pentru o clipă şi să ne deschidă ochii sufletului pentru totdeauna. Dar, de obicei, aceasta este rezultatul unei nevoinţe îndelungate, care nu are nimic comun cu iluziile. Citiţi pe Sfântul Siluan şi veţi descoperi cum sufletul său trăia mereu în Hristos. Veţi înţelege cuvântul

său, când spunea că sfinții nu trăiesc nici o clipă fără rugăciune.

Cum să discernem gândurile care vin din exterior de acelea care se nasc în inima noastră? Cel mai adesea, pătrunderea energiei demonice este atât de subtilă, încât o considerăm ca făcând parte din noi înşine. Învățătura moştenită de la Sfinții Părinți ne ajută, dar nu este suficientă. Tulburarea, neliniştea pe care un gând o provoacă în inima noastră este semnul că vine de la diavol. Aceasta este mai puternică, atunci când avem gânduri de hulă. Dacă nu ne îndulcim cu gândul pe care îl avem în inimă, dacă nu suntem mulțumiți sufleteşte, este semn că acest gând nu este de la Dumnezeu, ci de la diavolul, care pătrunde înlăuntrul inimii noastre.

Este foarte greu să deosebim gândurile care se nasc în inima noastră sub influența vrăjmaşului. Vom putea dobândi acest dar, progresiv, prin asceză, printr-o luptă împotriva patimilor pe care noi, copiii lui Adam, le posedăm. Treptat, vom începe astfel să deosebim, să simțim că acel gând sau acea mişcare a sufletului, nu este de la Dumnezeu, ci de la vrăjmaş. Nu prin meditație dobândim aceasta, ci printr-un sentiment, o intuiție imediată, extrem de subtilă şi dificilă de demonstrat, care este întotdeauna rezultatul unor ani îndelungați de asceză. După Sfântul Isaac Sirul şi părintele nostru Siluan, deosebirea gândurilor este condiționată, de asemenea, de modul în care Duhul Sfânt acționează în inimă, de experiența pe care o avem de la har şi de atacurile demonice. Diminuarea sau pierderea harului este semnul că am primit un gând de la diavol. În schimb, un gând vine de la Dumnezeu, de la un înger sau de la Duhul Sfânt când ne umple de bucurie şi ne aduce o pace nespusă în suflet.

Cel mai bine este să nu dăm atenție gândurilor şi să ne cufundăm în rugăciune, să vorbim cu Dumnezeu prin rugăciunea noastră.

Există diferite metode de a ne împotrivi gândurilor rele, de a ne elibera mintea de orice gând pătimaş sau blasfemiator. Prima, recomandată de Sfinții Părinți ai Bisericii, este pocăința. A doua, este de a ne muta atenția şi întreaga noastră ființă asupra altui lucru. Când acest interes pentru altceva se intensifică, diavolul ne neglijează şi ne părăseşte.

Dacă patimile sunt puternice şi dacă un gând groaznic, sălbatic, pătimaş, nu vrea să ne părăsească, nu ne mai rămâne decât să luptăm cu lacrimi până când va pleca acest gând rău.

Mintea noastră este într-o luptă continuă cu vrăjmaşul. Pentru a spori duhovniceşte este necesară această stare de luptă permanentă. Căci, dacă ne lenevim, îl lăsăm pe diavol, care nu doarme niciodată, să-şi facă lucrarea sa, iar noi riscăm să ne pierdem mântuirea.

Privegherea. Iată cu ce trebuie să începem, pentru că nimic, oricât de uşor ar fi, nu se poate face fără ajutorul lui Dumnezeu.

Lumea care ne înconjoară trăieşte, astăzi, într-un mod mai agitat decât altădată. Dar cu cât intervin mai multe schimbări în lume, cu atât este mai greu să ne păstrăm o conştiinţă creştinească. Suntem atacaţi de pretutindeni, de tot felul de idei care tulbură cursul vieţii noastre. În timpul furtunilor epocii contemporane, trebuie să fim mereu vigilenţi. Este primul lucru pe care vi-l cer: ascultaţi cuvântul Sfintei Evanghelii, privegheaţi şi încetaţi de a mai fi copii.

Să păstrăm această trezvie, care menţine trupul într-o tensiune permanentă. Datorită acestei tensiuni, chiar dormind putem păstra în minte scopul vieţii noastre. Rugăciunea poate să pătrundă până în ceea ce psihologii numesc subconştient. Un adevărat ascet se cercetează pe sine mereu, chiar şi în somn. Dacă mintea sa este invadată de gânduri urâte, el se scoală şi se roagă. Astfel, puţin câte puţin, conştiinţa va lumina tot ceea ce facem zilnic.

Nu lăsaţi ca lucrurile acestei lumi să vă împrăştie mintea. Concentraţi-vă toată atenţia, dedicaţi-vă toată puterea unei vieţi care să corespundă duhului poruncilor Evangheliei.

Să ne păzim mintea cu privire la plăcerile lumii exterioare. Fără asceză, niciodată mintea noastră nu poate să rămână permanent în Dumnezeu. Din această viaţă trebuie să învăţăm să rămânem în Dumnezeu, ca sufletul nostru după moarte.

A vorbi despre prezenţa lui Dumnezeu în sufletul nostru, nu înseamnă că Îl vedem pe Dumnezeu,

ci că Dumnezeu ne vede. Iată atitudinea înţeleaptă: să umblăm în prezenţa lui Dumnezeu, Care ne priveşte.

Cât despre vise, nu pot să spun mai multe decât Sfântul Ioan Scărarul. Sfatul cel mai bun, după Sfinţii Părinţi, este să nu credem în vise. Pentru a ne face să credem în ele, vrăjmaşul poate, într-adevăr, să dea naştere unor vise care se împlinesc în realitate. Deci, trebuie să fim foarte atenţi. Este suficient ca o singură dată să credem şi ne primejduim să cădem în înşelare, însoţită de toate urmările sale. Avem cuvântul lui Hristos şi al Sfinţilor Apostoli; el ne este de ajuns.

Este foarte important să nu căutăm niciodată să obţinem semne concrete care să releve bunăvoinţa divină, ca, de exemplu, darul de a face minuni.

A-L trăi pe Hristos prin şi pentru sine, într-un fel aparte de ceilalţi, înseamnă să încerci experienţa insuficienţei fiinţei umane pentru viaţa creştină. În schimb, când două, trei, patru sau mai multe persoane se unesc în acelaşi scop, puterea fiecăruia este multiplicată la infinit. Sfânta Scriptură spune: *Vai de cel ce este singur*. În schimb, în doi, rămânem de neclintit.

Important, într-o comunitate, este ca toţi să avem aceeaşi viziune, pentru a ne lucra în acelaşi scop propria mântuire, a semenilor noştri şi a tuturor celor care vin la noi să-i ajutăm.

Absolvirea unei facultăţi de teologie nu este suficientă pentru mântuire. Citiţi mai ales pe Sfinţii Pă-

rinți. Acolo veți afla adevărata teologie, lucrarea minții și a inimii, când este vorba de Dumnezeu.

Rugăciunea curată a inimii nu este dăruită celor care studiază mult. În acest sens, calea cunoașterii aprofundate a teologiei nu este deloc eficace și poate, doar rareori, să conducă la rugăciunea curată.

Teologia este starea duhului apărută datorită acțiunii harului dumnezeiesc. În aceasta constă diferența dintre teologie și filosofie, dintre adevărata teologie și teologia intelectuală. Dacă un asemenea har vă atinge inima, nu vă va mai părăsi pe pământ. Este inepuizabil, căci în el se află începutul vieții veșnice. Chiar dacă trupul vostru se descompune, acest har va trăi în voi cu putere.

Dumnezeu poate să atingă sufletul omului și să-i dăruiască cu ușurință cunoașterea de sine. Este o mare diferență între această cunoaștere și aceea care se dobândește în școlile teologice. Poate deveni foarte dăunătoare sufletului studierea teologiei fără a avea o experiență de viață trăită în duhul lui Hristos. Se riscă într-adevăr să se studieze teologia ca o filosofie sau poezie, mai ales în formele ei apofatice. Se riscă să se adopte o atitudine falsă, să se creadă superior și aceasta este suficient pentru a fi pierdut. O cu totul altă cale trebuie să căutăm pentru a trăi în Hristos.

Cunoașterea teologică învățată în școli și care a devenit o specialitate intelectuală accesibilă tuturor, nu duce la cunoașterea lui Dumnezeu. Cunoașterea lui

Dumnezeu vine din viața în Hristos, care se naște în adâncurile inimii.

Putem fi înșelați dacă apreciem că ceea ce aduce cunoașterea teologică este mai mult decât sfințenia vieții.

Poți să fii un mare savant, să ai diplome academice și să rămâi cu totul indiferent față de mântuire.

Când trăiești o viață sfântă și fără de păcat, cunoașterea intelectuală poate să dea roade duhovnicești minunate. În schimb, o cunoaștere fără iubire nu poate să mântuiască pe nimeni.

Fără duh de pocăință, fără experiența unei adevărate ascultări, nu poți deveni un adevărat teolog sau preot, adică o persoană capabilă să învețe pe alții adevărata viață creștinească.

Pentru a învăța să trăiești în Hristos, nu este necesar să citești zeci sau sute de cărți. Părintele meu duhovnic m-a sfătuit să nu citesc decât câteva pagini pe zi. Un sfert de oră, o jumătate de oră, dar veghind să aplic în viață ceea ce citeam.

Sfântul Apostol Petru spunea despre preoția împărătească că ea poate fi împlinită prin participarea noastră la Sfânta Liturghie. Temeți-vă serios să mergeți la Sfânta Liturghie din obișnuință. Siliți-vă de fiecare dată să trăiți mai profund ceea ce simțea Hristos la Cina cea de Taină, când a instituit această mare Taină care este Sfânta Împărtășanie. Astfel, Sfân-

ta Liturghie va deveni mântuitoare nu numai pentru voi, ci şi pentru toţi cei care participă la ea. Nu numai preoţii pot să trăiască în inima lor suferinţele lui Hristos pentru lumea căzută pradă păcatului şi morţii.

Tot ce ne înconjoară există pentru că Dumnezeu veghează asupra lumii. Dumnezeu poartă de grijă lumii şi lumea continuă să existe. Dacă veţi căuta să împliniţi voia lui Dumnezeu cu simplitate şi smerenie, Dumnezeu poate să transforme orice situaţie, chiar şi cea mai grea. Astfel, dacă ascultaţi de părintele vostru duhovnic, dacă aveţi încredere în el, să nu vă fie teamă că sunteţi povăţuiţi greşit. Dumnezeu va găsi întotdeauna mijlocul prin care să vă descopere adevărul. A trăi în ascultare, înseamnă să vă faceţi inima mai sensibilă la orice schimbare duhovnicească din viaţa voastră.

Puţin contează dacă părerea părintelui nostru duhovnic este imperfectă. În măsura în care sunt împlinite poruncile în ascultare şi credinţă în Hristos, Dumnezeu va îndrepta faptele noastre. Ceea ce părea fals se va adeveri. În schimb, ceea ce părea desăvârşit după judecata noastră, nu va fi, adesea, decât reflexul voinţei noastre păcătoase, şi Dumnezeu nu va mai fi cu noi.

Calea cea mai simplă este să ascultăm şi nu să poruncim. Este războiul cel mai cumplit împotriva patimilor.

Pentru a înţelege taina mântuirii în Hristos, trebuie să mergem pe calea ascultării. Şi să o facem cu

multă atenţie. În măsura în care concepţia sa este dreaptă, omul poate avea o inspiraţie foarte înaltă făcând lucrul cel mai simplu, cum ar fi, de exemplu, la bucătărie. În schimb, fără ascultare, fie el patriarh, episcop sau preot, se poate pierde.

Purtăm în noi păcatul originar, acest venin al primei ispitiri a lui Adam în rai: *Veţi fi ca Dumnezeu*, dar ascultarea ne poate elibera de păcat.

Totul depinde de relaţia noastră cu Dumnezeu. Dacă avem încredere în purtarea Sa de grijă, vom avea curajul să împlinim cuvântul părintelui nostru duhovnic. Logica proprie vieţii de fiecare zi şi raţiunii noastre nu este suficientă. Dumnezeu îl părăseşte pe acela care are prea multă încredere în propria sa inteligenţă. Puţin contează dacă spune cineva un cuvânt împotriva noastră, dacă un sfat este împotriva bunului simţ; dacă suntem gata să ne urmăm duhovnicul şi dacă avem încredere în el, Dumnezeu sfârşeşte întotdeauna prin a rândui lucrurile într-un sens pozitiv. Taina ascultării este una din realităţile cele mai serioase pe drumul mântuirii.

Dumnezeu să vă păzească! Iar voi să păstraţi o atitudine dreaptă! Din exterior, nu se vede nimic; este o viaţă despre care nu putem să spunem nimic deosebit. Dar, în interior, datorită ascultării, suntem într-o stare de tensiune permanentă. Aşa trebuie să fie creştinul: un „fir" de înaltă tensiune pe care o păsărică poate sta fără nici o frică, dar prin care trece o energie capabilă să ucidă o lume întreagă. Iată cum vom intra în Împărăţia veşnică a lui Hristos.

Prin puțina nevoință a ascultării, omul trece în existența fără de început, veșnică, a lui Dumnezeu.

Ascultarea este necesară pentru mântuire. Pregătiți-vă inima și mintea voastră. Păstrați o atitudine interioară pozitivă.

A fi după chipul lui Dumnezeu. Nu putem ajunge la această stare decât printr-o ascultare asemănătoare aceleia a lui Hristos, a Maicii Domnului și a tuturor acelora care le-au urmat.

Când suntem împreună ar trebui să fim ca un singur om, după chipul lui Dumnezeu Cel întreit, Care este un singur Dumnezeu. Nu putem ajunge la această stare decât dacă avem în noi pe Duhul Sfânt, și nu dezordinea interioară a gândurilor noastre rele. Cum să dobândim acest har? Ce să facem pentru ca Dumnezeu și Duhul Său Cel Sfânt să se sălășluiască în noi? Trebuie să ascultăm. Numai printr-o luare aminte permanentă asupra semenilor noștri vom ajunge să descoperim în noi un fel de radar și să simțim ceea ce gândesc alții, voința lor, starea lor duhovnicească. În schimb, fără ascultare, dacă mai întâi căutăm confortul nostru, ne vom despărți de semeni și, în noi, se va declanșa un război.

Ascultarea duhovnicească este necesară în viața de zi cu zi. Preferați să faceți voia altora decât voia voastră. Acceptați cu bunăvoință fiecare sfat al părintelui vostru duhovnic, al unui frate, sau al unei surori. Astfel, puțin câte puțin, se va naște în voi și în jurul vostru o stare în care inima va deveni foarte blândă și

sensibilă la orice mișcare interioară, la toate transformările duhovnicești.

Când suntem împreună, fiecare să ne rugăm lui Dumnezeu să ne dăruiască duh de ascultare față de voința Sa, și să ne binecuvinteze pe toți. Fie că e cel mai tânăr sau cel mai bătrân, ascultați pe celălalt cu inima, pentru a simți când Duhul lui Dumnezeu vorbește prin el. Un diacon de 20 de ani, Sfântul Atanasie, și nu patriarhii, episcopii sau alți martiri, cu prilejul primului Sinod Ecumenic din anul 325, a fost cel care a sugerat cuvântul „homousios" pentru a defini raportul dintre Tatăl și Fiul în Sfânta Treime. Dar, pentru a ajunge la această stare trebuie multă nevoință. Numai prin ascultare o putem dobândi.

Prin ascultare, inima devine din ce în ce mai sensibilă la viața, suferințele, bunăstarea și nevoile altora.

Prin slujire, și nu prin stăpânire, devenim asemenea Domnului. Hristos a arătat calea în timpul Cinei celei de Taină. El era Domnul și spăla picioarele ucenicilor Săi.

Prin ascultare, inima și mintea voastră se vor deschide spre veșnicie.

Prin ascultare, viața noastră devine conștientă chiar și în timpul somnului.

Prin ascultare, combatem patimile, astfel încât nici un gând pătimaș nu poate să ne robească.

Înaintea fiecărei persoane trebuie să fim gata să împlinim voia sa mai degrabă decât pe a noastră. Astfel, conştiinţa noastră se eliberează. Puţin câte puţin, într-un mod cu totul neaşteptat, lacrimile pentru „Adamul întreg" se nasc în noi.

Ascultarea începe prin amănuntele cele mai neînsemnate ale vieţii zilnice, prin ocupaţia cea mai modestă, dar se sfârşeşte prin conştiinţa lui **Eu sunt**. Trebuie să păstrăm această stare de duh cu tăria credinţei în Înviere.

Hristos a spus: *Cel ce nu urăşte pe tatăl său, pe mama sa, pe fraţii săi, pe copiii săi şi chiar pe propriul său suflet, nu poate să Mă urmeze*. Cuvântul Domnului este foarte serios. Nu este vorba aici de carieră şi de minciunile acestei vieţi, ci să ajungi să treci peste patimile şi păcatele acestei lumi pentru a trăi veşnic cu Tatăl. După căderea în păcat, firea umană este, în toate manifestările ei, potrivnică faţă de ceea ce Tatăl nostru ceresc aşteaptă de la noi. Iată de ce trebuie să ne urâm pe noi înşine, în starea în care suntem în lumea de după cădere.

Prin ascultare, sufletul nostru poate să ajungă curat înaintea lui Dumnezeu.

Dacă iubeşte cineva pe tatăl său, pe mama sa, pe copiii săi, mai mult decât pe Mine, nu este vrednic de Mine (Matei 10, 37). Nimic nu este mai înfricoşător pentru oamenii lumii decât aceste cuvinte. Totuşi, trebuie să reuşim să depăşim ceea ce ne leagă de fiinţele

cele mai apropiate. Altfel, nu vom ajunge niciodată la iubirea atotcuprinzătoare şi absolută a lui Dumnezeu.

Ascultarea este o renunţare totală la voinţa noastră proprie. Aceasta este calea pe care trebuie s-o urmăm pentru a deveni liberi, pentru a auzi în inima noastră vocea Duhului Sfânt. Viaţa noastră va fi tragică, fără salvare, atâta timp cât va exista în noi o patimă. Nu putem să aflăm pacea decât prin renunţarea desăvârşită la propria noastră voinţă.

Numai când ne eliberăm de propriile noastre gânduri, idei, dorinţe, putem trăi, în toată curăţia, în „prezenţa" lui Dumnezeu.

A asculta înseamnă a-ţi tăia voia proprie, personală. Zilnic, trebuie să fii dispus să renunţi la propriile tale idei pentru a te elibera de lupta penibilă şi mizerabilă, pe care o ducem împotriva patimilor. Odată terminat acest război, ne aflăm deja la porţile veşniciei.

Dacă renunţaţi la propria voastră voinţă, căutând voia lui Dumnezeu, Dumnezeu va fi cu voi. Dacă vreţi să urmaţi propria voastră gândire, Dumnezeu vă va părăsi.

Cea mai mare pedeapsă, pentru om, este ca Dumnezeu să-l lase în voia sa proprie. În vremea noastră, care L-a respins pe Hristos, nimeni nu înţelege această aparentă supunere.

Rugăciunea curată presupune lipsa de griji. Se poate ajunge la ea atunci când, în orice ocupație, mintea noastră rămâne liberă de a gândi și de a nu trăi, decât prin numele divin, harul Duhului Sfânt.

Eu nu am venit pentru a impune voia mea altuia, ci, după exemplul lui Hristos, pentru a-l sluji. Încercați să procedați astfel, și veți vedea că harul lui Dumnezeu va fi cu voi. Apoi, adoptați această atitudine în fiecare moment al vieții voastre.

Dacă nu vom învăța sensul slujirii aproapelui, viața noastră va fi inutilă. Dacă vrem să ne reînnoim firea, să devenim asemenea lui Dumnezeu, trebuie ca dorința de a-i sluji aproapelui să ne domine viața.

Slujirea aproapelui are o putere mântuitoare infinit mai mare decât oricare teorie teologică.

Cum putem să-L cunoaștem pe Dumnezeu așa cum este? Hristos ne arată calea, rugându-ne să trăim în sfințenie ca să nu vătămăm pe aproapele, să preferăm pe alții nouă înșine, să nu luptăm pentru a-i domina.

Pentru ca ceilalți să trăiască, noi trebuie să murim nouă înșine. Hristos a spus: *Să nu vă fie frică că vă veți pierde sufletul în această slujire*. Cel care slujește aproapelui își câștigă sufletul pentru viața veșnică.

Care este arma vrăjmașului împotriva mântuirii noastre? Invidia. În Evanghelie, Pilat știe că evreii vor să-L omoare pe Hristos din invidie. Invidia este cea

mai mare putere a vrăjmașului. Iată de ce trebuie, înainte de toate, să evităm gândul de invidie.

Invidia este caracteristică tuturor oamenilor, independent de situația lor socială. Într-adevăr, mereu e cineva mai puternic decât noi. Mereu, ceilalți au ceva ce ne-ar place să avem. Din invidie îi respingem pe alții, și, pentru Dumnezeu, viața noastră devine, într-adevăr, ca o imagine obscură și întunecată.

Străduiți-vă să nu acuzați niciodată pe altul, ci rugați-vă pentru el. A judeca pe cineva pentru lipsurile pe care le are, înseamnă să nu-ți vezi propriile tale defecte.

În starea noastră de cădere suntem incapabili să judecăm, în mod corect, pe fratele nostru. Să nu fiți atât de siguri că fratele vostru se înșeală. Nu-l judecați.

Este preferabil să nu judecăm. A trăi în frica de Dumnezeu înseamnă a-ți fi teamă să judeci pe altul într-o manieră păcătoasă și nu așa cum l-ar judeca Dumnezeu.

Ce câștig judecând pe fratele meu? Atâta timp cât nu-l voi vedea așa cum Domnul îl vede, totul va fi greșit. Începeți prin această rugăciune, prin ideea de a fi ascultători, de a nu judeca pe frații voștri. Începeți prin această dorință de a-i sluji pe alții cu dragoste, ca și Sfântul Siluan, care cerea, în zilele de sărbătoare, să poată sluji în trapeză sutelor de călugări. Era atât de fericit să vadă cât de mult îi iubea Hristos pe acești oameni, pe acești copii ai lui Dumnezeu. Îi slujea cu

multă dragoste. Împlinite în acest duh, muncile vieții de zi cu zi, pot să devină o hrană duhovnicească foarte agreabilă. Seara, datorită acestei atitudini de slujire, inima voastră va fi foarte blândă şi veți plânge înaintea lui Dumnezeu pentru propriile voastre greşeli, pentru lipsa voastră de iubire.

Greutatea de a comunica cu semenul provine întotdeauna dintr-o lipsă de rugăciune şi iubire. Cum spunea „Starețul" Siluan, se poate întâmpla ca, în ciuda rugăciunilor celor mai fierbinți, sporul să fie dificil. Totuşi, când ajungi, prin rugăciunea lui Iisus, să trăieşti în pace cu o persoană, devii capabil să trăieşti cu milioane de alte persoane care i se aseamănă.

A ne ruga pentru altul, înseamnă, datorită unei bune dispoziții a inimii noastre cu privire la el, a-l ajuta să reziste gândurilor rele pe care poate, nu fără de motiv, să le aibă cu privire la noi. În schimb, a nu ne ruga pentru altul, înseamnă a justifica, prin lipsa noastră de iubire, gândurile urâte pe care poate să le aibă împotriva noastră. Să păstrăm unitatea în rugăciune în jurul potirului lui Hristos şi vom vedea că este uşor să iubim.

Să fiți foarte atenți! Nu permiteți nici unui gând rău să intre în inima voastră.

Nu considerați neînsemnate gândurile negative pe care, în linişte, le puteți avea cu privire la altul. Păziți-vă de orice cuvânt care răneşte. Este foarte important. Amintiți-vă, de asemenea, de aceste cuvinte

ale lui Hristos: *Nu faceți altora ceea ce nu doriți să vi se facă vouă.*

Urmați atitudinea acestui om pe care Dumnezeu îl iubea atât de mult, Părintele Misail, egumenul Mănăstirii Sfântul Pantelimon, pe vremea când eram eu acolo: „Dacă cineva mi se împotriveşte, eu cedez".

În compania acelora care vă primesc, aleşii lui Dumnezeu care vă întâmpină şi vă acceptă să-i slujiți, considerați-vă, dincolo de orice, nevrednici şi onorați. Atunci viața voastră se va schimba. În schimb, dacă veți judeca pe alții pentru lucruri neînsemnate şi exterioare, veți pierde totul.

Tot ceea ce dobândiți în luptele voastre interioare se reflectă în viața voastră în Dumnezeu. Luptați împotriva oricărei patimi care provoacă în voi gânduri critice cu privire la aproapele! Nu primiți ceea ce vrăjmaşul vă sugerează împotriva celui care vă nedreptățeşte. Fie că sunteți singur în cameră sau cu cineva, orice gând critic, orice mişcare interioară negativă creează o lipsă în cetatea voastră duhovnicească şi în cea a comunității voastre. Nici un gând nu se naşte şi nu trece prin minte fără urmări. Având gânduri bune veți putea vedea în orice persoană pe care o veți întâlni o ființă scumpă. În schimb, având gânduri urâte, fața voastră, energiile voastre psihice vă vor irosi relațiile şi vă vor afecta anturajul. Când harul este cu tine, nu mai vezi defectele altora; nu mai vezi decât suferințele şi dragostea pentru frați.

De asemenea, este fals şi iluzoriu să aştepţi desăvârşirea unui grup decât pe cea a unei persoane. Mai întâi, pentru că noi înşine nu avem o idee adevărată şi dreaptă despre ceea ce înseamnă desăvârşirea. Apoi, pentru că desăvârşirea este starea de asemănare totală cu Dumnezeu.

Respingeţi orice duh de curiozitate. Faceţi-vă munca fără să vă îngrijiţi să aflaţi dacă ceilalţi o fac pe a lor. Când lipseşte curiozitatea, fiecare primeşte de la Dumnezeu ceea ce i se cuvine. Nu putem să-L înşelăm pe Dumnezeu. El este atât de puternic şi atât de drept încât nu putem să-I ascundem nimic.

„Dăruieşte-mi ca să-mi văd greşelile mele şi să nu osândesc pe fraţii mei", spune Sfântul Efrem în rugăciunea sa. Când începem să comparăm nevoinţele noastre cu cele ale aproapelui, vrăjmaşul poate să găsească mijloacele prin care să ne descurajeze.

Când intervin între oameni certuri, neînţelegeri, stări tensionate, unitatea nu poate să fie păstrată decât dacă fiecare suportă slăbiciunile celorlalţi. După Apostolul Pavel, este mai bine să suporţi o jignire decât să jigneşti.

Dacă ne rugăm în mod constant pentru binele fraţilor şi al surorilor noastre, pentru a parcurge drumul vieţii în acelaşi duh şi aceeaşi armonie a dragostei duhovniceşti, realizarea asemănării cu Hristos va fi mai uşoară. În schimb, dacă ne vom opri la detaliile inevitabile şi la lipsurile vieţii exterioare, vom pierde harul contemplării lui Dumnezeu.

Confruntaţi cu o problemă, cei mai mari se pun în slujba aproapelui. Este singura soluţie posibilă. Căci, spune Hristos: Cei ce vor să fie mai mari, să devină slujitorii şi robii celor mai slabi.

Viaţa în lume este întemeiată pe forţă şi violenţă. Scopul creştinului este invers. Forţa nu aparţine de viaţa veşnică. Nici un act impus prin forţă nu ne poate mântui.

În viaţa de obşte, ascultarea ne permite, puţin câte puţin, să înţelegem psihologia celorlalte persoane. Învăţând să trăim cu o persoană, învăţăm să trăim cu milioane de persoane care i se aseamănă. Astfel, în mod progresiv, intrăm într-o profundă suferinţă pentru întreaga umanitate. Trebuie ca duhul nostru să se dezvolte în toate dimensiunile fiinţei umane şi nu numai la nivelul obligaţiilor şi al greutăţilor cotidiene. Aceste lucruri mărunte, neînţelegerile care le însoţesc, sunt, cu siguranţă, inevitabile, dar nu sunt sfârşitul vieţii noastre. Scopul nostru este să devenim după chipul lui Hristos. Dacă în calitate de „eu" nu pot să port o mică comunitate, cum aş putea să port, ca şi Hristos, întreaga umanitate, în timp şi în spaţiu?

Viaţa creştinească înseamnă să devenim asemenea cu Hristos, să avem aceleaşi stări ale inimii, aceleaşi gânduri ca şi Fiul Tatălui, ne spune Sfântul Apostol Pavel. Dacă rămânem conştienţi de acest scop, dacă suntem din toată fiinţa noastră în această stare interioară, mintea nu se va mai pierde în lucruri mărunte. Poftele, invidiile, neînţelegerile şi micile probleme ale vieţii cotidiene, vor trece neobservate.

Noi oficiem Liturghia împreună. Dar plătim preţul: fiecare dintre noi trebuie să se preocupe de mântuirea tuturor. Viaţa noastră este un martiriu fără sfârşit.

Nu există altă cale decât rugăciunea neîncetată în timpul lucrului. Transformaţi tot ceea ce trebuie să faceţi în rugăciune. Deschideţi o uşă, cereţi Domnului să deschidă pentru voi uşa metanoiei, a pocăinţei. Voi puneţi cărămizi; spuneţi că lucraţi în zadar şi că nimic nu poate să ţină dacă Dumnezeu nu participă El Însuşi la construcţie. Nu obişnuiesc să cer sfaturi duhovniceşti de la şefii de stat şi de la generali, dar cazul lui Cromwell este interesant. Pregătindu-se pentru o luptă, spunea: „Doamne, voi avea prea mult de lucru; pot să Te uit, dar Tu nu mă uita".

Găsiţi motive ca să fiţi cu Dumnezeu!

În Muntele Athos, atunci când eram încă începător, un călugăr bătrân mi-a spus, într-o zi, ceva remarcabil în ceea ce priveşte lucrările cele mai smerite: „Nici un lucru nu înjoseşte valoarea persoanei umane. Dar păcatul degradează viaţa divină în noi". Îndeletnicirile care nu pot să devină o patimă se potrivesc cel mai bine cu viaţa duhovnicească. Dacă sunt bucătar, pregătesc hrana, rugându-mă pentru cei pe care Domnul nostru îi iubeşte. Nu există patimă. În acelaşi timp, această ascultare are o mare valoare, pentru că îmi permite să slujesc oamenii pe care îi iubeşte Hristos. Se poate trăi foarte frumos cu o astfel de atitudine.

Cine va fi primul? Domnul spune: *Căutaţi mai întâi împărăţia cerurilor şi toate celelalte vi se vor adăuga vouă.* Este principiul nostru, chiar dacă viaţa materială ni se impune de dimineaţa până seara. Scopurile celor din lume sunt altele şi nimeni nu mai are timp să se roage.

Când mintea şi inima noastră sunt îndreptate spre Dumnezeu, totul devine uşor. Fără această mişcare dinamică spre Dumnezeu, viaţa îşi pierde sensul.

Odată, în Mănăstirea Sfântul Pantelimon, mi s-a întâmplat să am până la paisprezece ascultări în acelaşi timp. I-am spus aceasta părintelui meu duhovnic: „Nu reuşesc să-mi împlinesc sarcina: am paisprezece ascultări!". El mi-a răspuns: „N-ai dreptate, n-ai decât o singură sarcină". „Nu, părinte, i-am răspuns, am paisprezece!". „Nu, a spus iarăşi, tu nu faci decât un lucru în acelaşi timp. Atunci, fă-l bine şi treci la următorul...".

Scopul pe care îl dăm vieţii noastre pătrunde toate activităţile noastre. Dacă, de exemplu, vom căuta mai întâi să câştigăm bani, tot ceea ce vom face va decurge din aceasta.

Munca, poziţia socială, ar trebui să nu aibă nici o importanţă în relaţiile dintre persoane. Privilegiul nu este pe plan exterior, ci interior; cel care iubeşte cel mai mult pe Dumnezeu, cel care se roagă cel mai mult, cel care se sileşte să împlinească cel mai mult poruncile, acela va fi cel mai aproape de Domnul. Este foarte important. Eliberaţi-vă mintea de orice gând de carieră. Nu există carieră în viaţa duhovnicească.

Dacă mântuirea în Hristos este singurul scop al vieții noastre, tot ceea ce facem devine act de rugăciune, liturghie.

Tot ceea ce faceți, lucrul vostru, poate să fie mântuitor. Aceasta depinde de voi, de felul în care îl faceți. Istoria abundă de călugări deveniți mari sfinți, fiind bucătari sau spălând cearşafurile. Calea mântuirii constă în a lucra fără patimă, cu rugăciune.

Cunoaşteți, poate, pe acel călugăr care a fost bucătar toată viața într-o mănăstire din Kiev. Privind focul din sobă, se vedea tot timpul în flăcările iadului. A devenit un sfânt. Ascultarea pe care o avea nu l-a împiedicat să fie întotdeauna cu Dumnezeu.

Nu vă pierdeți timpul trăind fără rugăciune, fără meditație.

În viața noastră totul are un sens duhovnicesc. Aşadar, mai întâi să căutăm cum putem să lucrăm păzindu-ne inima, mintea, judecata noastră în Dumnezeu.

Dumnezeu să vă dăruiască puterea de a vă păzi sufletul, mintea şi inima voastră în duhul lui Hristos. Atunci, tot ceea ce vi se va întâmpla va putea foarte repede să fie transformat în totalitate. Ceea ce era plictisitor şi descurajator va dispărea, transfigurat de dorința voastră de a fi acolo unde este Hristos, Dumnezeul vostru.

Pentru a ne păstra sufletul şi inima în pace în fața judecății lui Dumnezeu, nu trebuie să facem nimic

care ar putea să-l deranjeze pe aproapele. Trebuie să dobândim viața noastră prin noi înşine, prin nevoința noastră.

Trebuie să evităm cu orice preț grijile vieții cotidiene ce ne împiedică să rămânem în duh cu Hristos, Care este de-a dreapta Tatălui şi cu Duhul Sfânt.

Sfinții Părinți recurg câteodată la această metaforă: dacă suntem undeva cu un împărat, prezența sa influențează tot ceea ce facem. De ce nu ar fi la fel cu Împăratul veşnic? Pentru că este prezent, să facem totul sub privirea Sa. Întotdeauna.

În fiecare zi, în fiecare noapte, să ne gândim că Dumnezeu ne priveşte, că ne ascultă rugăciunile, că vede profunzimile sufletului nostru. Bineînțeles, asta nu vrea să spună că Îl vedem pe Dumnezeu aşa cum este El, dar creează o atmosferă care ne permite să observăm imperfecțiunile noastre, împrăştierea minții noastre, greşelile noastre în relațiile cu aproapele în timpul zilei.

Trăind cu alte persoane, suntem supuşi la anumite limite, reguli exterioare, restricții, etc. Dar Duhul, Care purcede din Tatăl, trece peste toate aceste forme.

Gândul nostru să fie acolo unde este Hristos. Atunci, rugăciunea noastră va fi cu El şi nu ne va mai rămâne mult loc pentru patimi. Ne vom obişnui să trăim astfel şi, în această viață liniştită, ne vom reclădi întreaga noastră ființă.

În viață nimic nu este banal, mărunt, neînsemnat!

Păstrând mintea la Dumnezeu, este uşor să observi toate legile, regulile şi limitele exterioare, fără să devii robul acestora. Formele exterioare ale vieții se îmbină, cu uşurință, cu conştiința duhovnicească. Ordinea aparentă a vieții rămâne aceeaşi, doar conținutul este cel ce se transformă.

Sporirea noastră duhovnicească depinde în primul rând de atitudinea pe care o adoptăm.

Este ciudat, dar nu suntem obişnuiți să fim atenți la tot ceea ce se petrece în jurul nostru şi în interiorul nostru. Uităm acest lucru. Impresiile vieții exterioare, materiale, ni se întipăresc atât de puternic, încât uităm de viața duhovnicească.

Trebuie să păstrăm, în acelaşi timp, un elan foarte puternic spre Dumnezeu şi conştiința insuficienței şi sărăciei noastre. Dacă suntem mulțumiți de noi înşine, rugăciunea încetează să fie ceea ce ar trebui să fie: erupția unui vulcan.

Într-o societate, unde fiecare se imaginează fiind primul, nimeni nu progresează. În schimb, dacă se consideră întotdeauna ultimul, întâlnirea cu aproapele devine de fiecare dată prilejul unui folos şi al unui spor duhovnicesc. Astfel, e preferabil să fii ultimul. Dacă sunt primul, e o plictiseală groaznică. Dacă sunt ultimul, e o bucurie continuă, pentru că învăț mereu ceva util.

Să ne smerim continuu; iată lucrarea noastră! Domnul a spus: *Cel ce se smereşte se va înălța*. Doar Dumnezeu singur poate să înalțe.

Problema vieții cotidiene este, ascetic vorbind, legată de frica de Dumnezeu. Aceasta este un dar extrem de prețios. Prin ea cerem lui Dumnezeu să ne povățuiască în viața de zi cu zi, în fiecare clipă. Printr-o acțiune a harului care scapă logicii noastre, intrăm pe nesimțite în libertatea copiilor lui Dumnezeu.

Să rămânem în fiecare moment în frica de Dumnezeu. Astfel, vom ajunge să slujim pe semenii noştri şi să lucrăm la mântuirea noastră.

Nu încetați, în fiecare zi, să-L rugați pe Dumnezeu să vă dăruiască Duhul Sfânt, harul pentru a împlini şi a ne însuşi poruncile lui Hristos, până ce ele devin a doua natură.

Scopul final este ca mintea noastră să se găsească mereu unită cu inima. Această unire a inimii şi a minții este chiar locul rugăciunii.

Practic, cel mai adesea, stând aşezați rostim rugăciunea fără glas, în locul inimii. La început, trebuie să legăm rugăciunea de respirație. Când inspirăm, spunem: „Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu". Apoi, cu expirație, spunem: „miluieşte-mă". Ne concentrăm toată atenția asupra numelui lui Hristos şi asupra cuvântului „miluieşte-mă". Să nu acceptăm nici un alt gând. La început, acest act, în aparență atât de simplu, este dificil; în loc să fim liniştiți, luptăm. Totuşi, puțin

câte puţin, ne obişnuim să ne păstrăm atenţia pe locul cel mai înalt al inimii. Ne vom obişnui treptat cu rugăciunea.

Când începem să rostim numele lui Hristos, o mulţime de „gânduri" ne învăluie. De îndată ce rugăciunea se termină, atacul dispare. Ieşim cu sufletul eliberat, atunci când, în timpul rugăciunii, „gândurile" ne asaltează. Rugăciunea dezvăluie patimile care sunt în noi. Aceste atacuri dezvăluie, de obicei, conţinutul fiinţei noastre. În momentul rugăciunii, noi luptăm cu toate aceste imagini, cu toate aceste patimi şi griji pentru a rosti numele lui Hristos cu o minte curată.

Dacă simţim o anumită antipatie faţă de cineva, cel mai bine este să nu ne gândim nici la chipul acestei persoane, nici la cauza acestei uri, ci să ne rugăm independent de toate acestea. Prin această lucrare interioară, putem să trecem peste antipatia noastră, să refuzăm imaginea născută din patimile noastre.

Dacă ne atacă „gândurile" şi ne împiedică să ne rugăm curat, trebuie să răbdăm şi să strigăm: „miluieşte-mă pe mine!". Prin această împotrivire activă, transformăm, puţin câte puţin, natura umană căzută, care face din noi copiii primului Adam. Luptăm, şi această luptă trebuie să fie, cu adevărat, profundă, să îmbrace o formă cosmică. Nu, noi nu suntem doar nişte indivizi atacaţi de „gânduri". Cu răbdare să strigăm: „Miluieşte-mă, miluieşte-mă!". Iată maniera de a rezista „gândurilor" urâte şi de a le împiedica să ne stăpânească.

Nu vă descurajaţi prea repede, ci repetaţi rugăciunea, până când ea se va întipări în mintea voastră.

„Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluieşte-ne pe noi". Când rostim această rugăciune, stabilim cu Hristos o relaţie personală care scapă raţiunii noastre. Viaţa lui Hristos pătrunde treptat în noi.

Unii se roagă cu gândul, cu mintea. Or, nu poate exista rugăciune acolo unde nu e participarea inimii. În rugăciune, inima şi mintea sunt, în mod indisolubil, unite.

Rugaţi-vă în camera voastră. Unii vor putea să se scoale cu o oră mai devreme, alţii cu o jumătate de oră, alţii cu un sfert de oră sau zece minute. Asta depinde de puterile fiecăruia. Dar trebuie s-o faceţi. Astfel, inima şi mintea voastră se vor obişnui să trăiască mereu şi pretutindeni cu rugăciunea. Când rostiţi rugăciunea lui Iisus, împiedicaţi orice alt gând să vă atace. Cei care sunt începători în viaţa duhovnicească trebuie să înveţe să lupte împotriva poftelor trupeşti.

Rugaţi-vă seara, dimineaţa şi în celelalte clipe ale vieţii voastre de zi cu zi. Rugaţi-vă pentru alţii. Numai prin unitatea în Duhul Sfânt veţi fi capabili să lucraţi mântuirea voastră. Rugaţi-vă pentru semenii voştri şi cereţi lui Dumnezeu să vă binecuvinteze prin rugăciunile lor.

Când ne rugăm pentru o persoană bolnavă, rostim numele ei şi ne gândim la ea cerând lui Dumnezeu să o vindece. Nu este o iluzie, ci o realitate. Nu este

un păcat, ci o atitudine de iubire creştinească pentru fratele nostru.

Când sufletul nostru este în întregime îndreptat spre Dumnezeu, toate întrebările încetează. Nu mai există decât o întrebare: Cum să dobândim pe Duhul Sfânt în noi şi să-L păstrăm?

În zborul sufletului spre Dumnezeu, putem atinge sfera rugăciunii curate. Când rugăciunea devine curată, o altfel de vedere se naşte în om. Tot ceea ce a asimilat în această lume, prin experienţă sau prin studii, este depăşit. În starea de rugăciune, omul nu-şi cunoaşte nici vârsta, nici starea socială sau ierarhică. Toate detaliile vieţii pământeşti sunt depăşite. Înţelegem mai bine sensul cuvintelor lui Hristos: *Şi în ziua aceea, nu Mă veţi mai întreba despre nimic.*

Cum să ne comportăm în Biserică? Trebuie să fim încordaţi şi concentraţi; să avem o tensiune, adică o atenţie foarte mare pentru ca să nu fim distraşi de lucruri superficiale şi de gânduri străine.

Când sufletul nostru e liber de patimi, firea noastră alterată prin căderea în păcat este readusă la frumuseţea ei originară. Dacă suntem după chipul lui Dumnezeu, revelaţiile devin fenomene normale. Calea creştinească înseamnă să-ţi umpli sufletul şi inima de cunoaşterea superioară a lui Dumnezeu.

Doar printr-o experienţă îndelungată, ce poate dura luni şi ani, putem dobândi, încetul cu încetul, o atitudine creştinească în rugăciune.

Fiţi nebuni, nebuni precum adevăraţii asceţi! De ce nebuni? Pentru că a fi creştin înseamnă a trăi pe două planuri în acelaşi timp: în prezent şi în veşnicie.

O repet: să ne sporim acum atenţia pentru zidirea vieţii noastre.

Păstraţi toate acestea în conştiinţa voastră şi viaţa vă va fi plină de interes, nu doar în fiecare zi, ci în fiecare clipă.

Nu uitaţi aceste cuvinte. Dumnezeu v-a dat timp pentru a lucra la mântuirea voastră veşnică. Nu-l irosiţi!